

“合理膳食 健康江西” 2023 营养公益大讲堂圆满落幕

为贯彻落实健康中国战略，推进健康江西行动，进一步传播和普及健康文明的生活方式，提高我省公众营养健康素养，11月17日-19日，由江西省营养学会主办、大江网（健康频道）协办、安利江西分公司承办的“合理膳食 健康江西”2023 营养公益大讲堂分别走进南昌、上饶、赣州。



江西营养学会理事长、南昌大学教授、博士生导师邓泽元，江西营养学会秘书长苏筱苓，江西营养学会常务理事兼副秘书长、南昌大学博士、副研究员刘小如，国家三级公共营养师、安利（中国）江西分公司经理郑健，国家高级营养保健师，安利（中国）培训讲师万健等出席活动。本次活动采取线上线下相结合的方式，线下参会人员约 100 人，线上 518.79 万人次。



活动现场，邓泽元教授代表主办方为活动致辞，现场科普第5版《中国居民膳食指南（2022版）》的科研突破、细节完善、应用范围等内容，倡导每个人作自己健康第一责任人，为建设健康江西助力。安利（中国）江西分公司经理郑健现场解读《2022国民健康生活方式洞察及干预报告》，刘小如向公众详细讲解了功能性营养素的特点及对人体的作用，介绍了七大营养素的基本知识等，万健则以中国居民平衡膳食宝塔为切入点，讲解了什么才是真正的营养早餐，现场还演示了5分钟的营养早餐制作。



江西营养学会理事长邓泽元



安利（中国）江西分公司经理郑健



南昌大学博士、副研究员刘小如



安利（中国）培训讲师万健

除了讲座安排，还在安利南昌体验馆开展各类营养早餐体验、健康体测等活动，为四大不同年龄段人群提供个性化的营养早餐

方案，帮助大众科学搭配早餐营养。同时，通过线上面向全省多平台同步直播，普及营养健康知识，帮助人们形成良好的营养素养，在日常饮食中做出更健康科学的选择。



营养早餐体验区现场



“合理膳食 健康江西”2023 营养公益大讲堂走进上饶



“合理膳食 健康江西”2023 营养公益大讲堂走进赣州

“民以食为天”，吃不仅是维持生命的最基本的行为，吃得科学、合理可以保持营养良好、预防慢性病的发生、让健康状态更持久。

党的二十大报告明确推进健康中国建设，提出把保障人民健康放在优先发展的战略位置。江西省营养学会认真贯彻落实党中央、国务院和省委、省政府决策部署，在省科协、省卫健委的指导下，牢固树立以人民健康为中心的发展理念，坚持“将营养融入所有健康政策”的工作方针，针对当前营养不足与过剩并存、营养相关疾病多发等问题，聚焦重点人群、重点场所，实施并落实合理膳食专项行动，政府、社会、个人协调推进，建立健全营养健康指导体系，统筹推进营养

健康产业与营养健康教育深度融合，扎实完成健康江西合理膳食专项行动。